

ABSTRAK

Lansia lebih banyak mempunyai riwayat penyakit hipertensi dibandingkan dengan usia muda, hal ini juga dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya jenis kelamin, umur, keturunan, obesitas, kurang olahraga, dan kolesterol. Namun yang terjadi di Posyandu Lansia Bratang Perintis Raya Rw. 11 Surabaya lansia menderita hipertensi dikarenakan faktor stres. Hal ini dibuktikan pada saat observasi, Lansia mengatakan bahwa sering mengeluh sakit kepala, lansia juga sering mengalami tekanan psikologis (stres) dikarenakan sedih, perasaan rasa khawatir, capek, susah untuk istirahat, masalah ekonomi, sakit dll.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan tingkat stres dengan hipertensi di Posyandu Lansia Bratang Perintis Raya Rw. 11 Surabaya.

Penelitian ini menggunakan pendekatan *analitik korelasi cross sectional*, jenis yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi korelasi yang mengkaji hubungan antar variabel. Populasi adalah lansia di Posyandu Lansia Bratang Perintis Raya Rw. 11 Surabaya yang menderita hipertensi dengan jumlah total 50 lansia. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebesar 46 lansia. Variabel independen adalah hipertensi dan variabel dependen adalah stres, pengumpulan data menggunakan kuisioner dan pengukuran tekanan darah. Analisis uji menggunakan rumus korelasi tata jenjang (*spearman*) dengan taraf sig. (*2-tailed*) 0,05.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa $r_{hitung} 0,038 < \text{Sig.}(2\text{-tailed}) 0,05$, maka H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan antara tingkat stres dengan hipertensi pada lansia di Posyandu Lansia bratang Perintis Raya Rw. 11 Surabaya. Dengan hasil demikian maka, Upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah stres dan hipertensi khususnya pada lansia antara lain menerapkan pola hidup sehat, menghindari kafein, rokok dan berbagai kebiasaan lainnya yang tidak sehat, mencukupi kebutuhan tidur, menerapkan pola makan yang sehat, minum air putih yang cukup, dan menghindari kondisi tubuh agar tidak stres.

Kata kunci : Hipertensi, Tingkat stres